

 QUMIOSALUD SAS Mejoramos su Calidad de Vida	Formato ACTA DE REUNIONES Y COMITÉS		Código: GCM-FR-027-1
			Vigente desde: 14/09/2020
			Página 1 de 3

Tipo De Reunión:	SOCIALIZACIÓN DEREHO A LA SALUD				
Agencia:	SANTA MARTA 2	Consecutivo		E3Ld	
Fecha:	22-10-2025	Hora:	Inicio	09:00 AM	Final
Lugar de Reunión:	SALA 1Y2 RECEPCION 4TO PISO				
Líder de la Reunión:	TRABAJO SOCIAL				
Asunto (S):	Socialización de Hábitos saludables y autocuidado. (PREVENCIÓN)				

AGENDA		
No.	Tema	Cargo Responsable
1	Verificación del quórum	Trabajo Social
2	Recursos utilizados	Trabajo Social
3	Población	

No.	TEMAS DE SOCIALIZACIÓN	Eficaz	
		Si	No
4.1	Socialización sobre autocuidado y prevención de enfermedades	X	
4.2	Actividades con lo usuario asistentes	X	
4.3	Importancia del autocuidado.		

DESARROLLO DE LOS TEMAS

- Verificación del Quórum:** Durante el mes de octubre se llevó a cabo actividades de prevención de enfermedades y la importancia de estilos de vida saludable; que reduzcan el riesgo de enfermedades crónicas.
- Objetivo:** Concientizar a los usuarios en el reconocimiento de la importancia del autocuidado personal y estilos de vida saludables.
- Recursos utilizados:**
 - *Computador
 - *Impresora
 - * Red social

4. Población: Población en general.

5. TEMAS DE SOCIALIZACIÓN

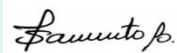
¿Autocuidado y prevención de la salud? Busca refiere a la práctica de cultivar relaciones saludables, participar en actividades sociales y comunitarias, y establecer límites claros para tu bienestar emocional, implicando conectar con personas que te apoyen, hacer actividades recreativas y aprender a decir "no" para proteger tu energía y priorizar tus necesidades, fortaleciendo así tu red de apoyo y tu salud mental y física

¿Por qué es importante el autocuidado personal? Es fundamental para mejorar la salud física y mental, aumentar la autoestima y la resiliencia, reducir el estrés y prevenir enfermedades.

Conclusión: Se logra el objetivo de generar conciencia con los usuarios, frente a los temas de participación social, prevención en salud y autocuidado y estilos de vida saludables.

Anexos



Asistentes			
Nombre	Cargo	Institución	Firma
DUBERLYS CARRILLO	TRABAJO SOCIAL	QUIMIOSALUD SAS	
TANIA SARMIENTO	TRABAJO SOCIAL	QUIMIOSALUD SAS	
LUZ TAITE CANTILLO	TRABAJO SOCIAL	QUIMIOSALUD SAS	